



ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ & ΑΓΩΓΗΣ ΤΜΗΜΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ – ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 70, ΚΑΛΛΙΘΕΑ-ΑΤΤΙΚΗΣ, ΤΚ 176 76

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΓΡΑΜΜΑ

Αγαπητέ γονέα/κηδεμόνα,

Θα θέλαμε να υποδεχθούμε εσάς και την οικογένειά σας στο «Πρόγραμμα διατροφής, άσκησης και προαγωγής υγείας για οικογένειες στην Ευρώπη (DigiCare4You)» που υλοποιείται στον Δήμο Αμαρουσίου από το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας και το Υπουργείο Υγείας και χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Το πρόγραμμα θα έχει διάρκεια δύο έτη, προσφέροντας την ευκαιρία σε 10,000 οικογένειες που ζουν στην Αττική να ωφεληθούν από αυτό.

Η έγκαιρη ανίχνευση των παραγόντων κινδύνου σε συνδυασμό με μικρές αλλαγές στον καθημερινό τρόπο ζωής της οικογένειας, μπορεί να μειώσει σημαντικά τον κίνδυνο εμφάνισης χρόνιων νοσημάτων, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2, η υπέρταση και η δυσλιπιδαιμία (υψηλές τιμές χοληστερόλης ή/και τριγλυκεριδίων) τόσο για εσάς όσο και για τα παιδιά σας.

Συνεπώς, οι οικογένειες με παιδιά στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια εκπαίδευση, εφόσον το επιθυμούν, μπορούν να συμμετέχουν σε αυτό το πιλοτικό πρόγραμμα προσυμπτωματικού ελέγχου υγείας. Στην παρούσα χρονική στιγμή λόγω της πιλοτικής εφαρμογής του προγράμματος απευθυνόμαστε σε τυχαία επιλεγμένα Δημοτικά και Γυμνάσια σχολεία του δήμου σας.

Μετρήσεις και χρονοδιάγραμμα:

Εάν ενδιαφέρεστε να ενημερωθείτε ή να συμμετάσχετε στο πρόγραμμα μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας τηλεφωνικώς όπως αναφέρεται στην επόμενη σελίδα ή μπορείτε να συμπληρώσετε τα στοιχεία σας και να δώσετε το έντυπο στον διευθυντή του σχολείου για να επικοινωνήσουμε εμείς μαζί σας. Στη συνέχεια, εφόσον επιθυμείτε να μπειτε στο πρόγραμμα θα συμπληρώσετε τηλεφωνικώς ένα σύντομο ερωτηματολόγιο προσυμπτωματικού ελέγχου, βάσει του οποίου γίνεται μια αδρή εκτίμηση παραγόντων κινδύνου για χρόνια νοσήματα. Στα ενήλικα μέλη της οικογένειας (γονείς, παππούδες, γιαγιάδες) που θα βρεθούν να έχουν κάποιους παράγοντες κινδύνου θα δοθεί η δυνατότητα, εφόσον το επιθυμούν, να κάνουν ένα σύντομο ιατρικό έλεγχο (μέτρηση αρτηριακής πίεσης, βασικό αιματολογικό έλεγχο: γλυκόζη νηστείας, γλυκοζυλιωμένη αιμοσφαιρίνη, ολική χοληστερόλη, HDL-χοληστερόλη, LDL-χοληστερόλη, τριγλυκερίδια).

Ακολούθως, τα άτομα αυτά θα έχουν τη δυνατότητα να συζητήσουν τα αποτελέσματα των ιατρικών εξετάσεων με εξειδικευμένους επαγγελματίες υγείας και να λάβουν περαιτέρω καθοδήγηση αλλά και συστηματική ιατρική παρακολούθηση και περιοδικό επανέλεγχο δεικτών υγείας για τα επόμενα χρόνια, εφόσον χρειάζεται. Οι ιατρικές εξετάσεις και οι συναντήσεις συμβουλευτικής θα πραγματοποιηθούν στο κέντρο υγείας του δήμου σας στο διάστημα Απριλίου-Ιουνίου 2023.

Θα θέλαμε να διευκρινίσουμε ότι η συμμετοχή σας στο πρόγραμμα είναι εθελοντική και δωρεάν

Αν κάποια στιγμή αποφασίσετε να διακόψετε μπορείτε να το κάνετε χωρίς κανένα περιορισμό.

Αποτελέσματα και εμπιστευτικότητα:

Όλα τα δεδομένα και οι πληροφορίες που θα συλλεχθούν, θα παραμείνουν ανώνυμα και εμπιστευτικά.

Στοιχεία επικοινωνίας:

Αν επιθυμείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας προκειμένου να συμμετάσχετε στο πρόγραμμα ή εάν χρειάζεστε παραπάνω διευκρινίσεις παρακαλώ επικοινωνήστε με τους συνεργάτες μας που βρίσκονται στο κέντρο υγείας Αμαρουσίου (Χατζηαντωνίου 15) χρησιμοποιώντας τα παρακάτω στοιχεία επικοινωνίας κατά τις εργάσιμες ημέρες και ώρες.

Βουρεκά Όλγα: 6980702984

Εναλλακτικά μπορείτε να μας δώσετε ένα όνομα και τηλέφωνο επικοινωνίας (σταθερό ή κινητό), να παραδώσετε το έντυπο στο διευθυντή του σχολείου και στη συνέχεια να σας καλέσουμε εμείς.

Όνομα και Τηλέφωνο επικοινωνίας γονέων/ κηδεμόνων:

Επιστημονικά Υπεύθυνος Προγράμματος

Δρ. Ιωάννης Μανιός

Καθηγητής του Τμήματος Επιστήμης Διαιτολογίας-Διατροφής Σχολή

Επιστημών Υγείας και Αγωγής

Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Τηλέφωνα Επικοινωνίας: 210-9549353, 210-9549340, 210-9549322

Ηλεκτρονική διεύθυνση: manios@hua.gr